

教えて先生！

小寺 実のQ&A



第2回 「高血圧症」

Q1.

健康診断で高血圧症と指摘されてしまいました。
どうしたら良いですか？

A1.

正常血圧は収縮期血圧120mmHg未満かつ拡張期血圧80mmHg未満です。
緊張や興奮などで交感神経が刺激されると血圧は驚くほど高くなります。
血圧は変動しますので日内変動を家庭用血圧計で記録するようにしましょう。

Q2.

血圧症はどのように診断されるのでしょうか？



A2.

初期は血圧がそれほど高くない場合も多く、診断は意外に困難です。
1時間ごとに血圧を自動的に測定する24時間自由行動下血圧モニタリング
が有効です。

Q3.

高血圧症にはどんな種類がありますか？



A3.

降圧剤で治療する本態性高血圧は、体質に起因します。
それに対して、2次性高血圧症と呼ばれる「原因のあるもの」(原発性アルド
ステロン症など)は、専門的な診断や手術など特別な治療が必要です。

Q4.

高血圧症は、少くらい放置しても大丈夫ですか？

A4.

放置すると動脈硬化が進行し、脳出血、脳梗塞や心筋梗塞、慢性腎不全に
かかりやすくなります。症状がないからと高血圧を放置するのは禁物です。
総合内科専門医の受診をお勧めします。